

バドミントン を楽しもう

長崎中央公民館

2019 Central Community Center Spring Course

春の講座

【主催】

ながさき県民大学連携講座

バドミントンを基本から学び、楽しくストレス発散！

【日 程】 ※全4回通して受講できる方のみご応募ください。

期 日	内 容
5月7日(火)	・バドミントンの説明 ・コート作り ・ラケットの握り方 素振り 基本
5月14日(火)	・素振り ・基本練習 ・球出し ・ミニゲーム
5月21日(火)	・素振り ・基本練習 ・フットワーク ・ミニゲーム
5月28日(火)	・素振り ・基本練習 ・ゲーム(抽選でペアを決めて試合)

【講 師】木村 由美子・下迫 淳子(長崎県レディースバドミントン)

【時 間】18:30~20:30

【会 場】競技場(長崎市民会館3階)

【対 象】青年~壮年 20名(応募者多数の場合は抽選になります)

【受 講 料】無料

【準 備 物】運動できる服装 体育館シューズ 水筒 タオル

【期間受付】平成31年3月1日(金)~3月31日(日) 必着



申込方法〈往復はがき〉(124円) 往信裏面に、①講座名
②氏名(ふりがな) ③性別・年齢 ④〒・住所 ⑤連絡先(電
話番号)をご記入の上、下記の宛先へ1人1枚お送り
ください。※返信裏面には何も記入しないこと！

〈直接来館〉返信連絡用に**官製はがき**(62円)を1枚ご
持参ください。

〈インターネット〉下記サイトの申込フォームに必要事
項を入力の上、送信してください。※注意！当館からの
メールが受信できるようにメールアドレスは正しく入力
してください。迷惑メール対策を行っている場合は
「@nbc-socia.co.jp」を受信設定してください。



長崎中央公民館

〒850-0874

長崎市魚の町5番1号(長崎市民会館)

〈電話〉095-825-1948(平日9時~17時)

〈公式WEB〉<http://ngs-shiminkaikan.jp/>

NGS 市民会館

検索